Rok III. Kraków, dnia 1. stycznia. **Nr. 1.**



ZAPROSZENIE DO PRENUMERATY.

Pismo »Przegląd gimnastyczny« organ grona nauczycielskiego Sokoła krakowskiego, wychodzić będzie nadal w zwiększonej objętości conajmniej półtora arkusza druku i to nie jak dotąd w pierwszych dniach, lecz punktualnie w dniu pierwszym każdego miesiąca. Na treść pisma składać się będą artykuły z hygieny, historyi i teoryi gimnastyki, przykłady praktyczne, pytania, odpowiedzi i bogata kronika.

W osobnym dodatku do każdego numeru pisma dołączonym drukować będziemy obszerniejszą pracę jakąś z dziedziny ćwiczeń fizycznych. Obecnie treścią dodatku będzie dalszy ciąg »Szermierki« pracy Dra Stanisława Tokarskiego, która już dzisiaj potrafiła sobie na należyte zasłużyć uznanie.

Prenumerata z przesyłką wynosi w Austryi:

Rocznie . . . 1 złr. 80 ct. | Półrocznie . . . . . . 90 ct.

W Niemczech:

Rocznie . . . . . . 3 mrk. 50 fen.

W innych krajach:

Rocznie . . . . 6 franków.

Pojedynczy numer kosztuje 18 cnt.

Nowi prenumeratorzy otrzymają wyszłą dotąd część „Szermierki" za darmo.

Prosimy o nadsyłanie artykułów i korespondencyj, które mają być w najbliższym numerze umieszczone przed 20-tym każdego miesiąca.

Adres:

Redakcya Przeglądu gimn. Kraków, Wolska 25.

☛ W administracyi Przeglądu gimnastycznego są do nabycia roczniki z 1897 i 1898 r. po 1 złr. 20 ct. nie licząc kosztów przesyłki, która 20 ct. wynosi; tamże można również nabyć wydane nakładem Przeglądu gimnastycznego »Zapasy« Szcz. Rucińskiego i Zygmunta Wyrobka, po cenie 30 ct. a z przesyłką po 35 ct. za egzemplarz, tudzież »Rozkład ćwiczeń dla członków« po 10 ct., z przesyłką po 12 ct.


1899
Przegląd
gimnastyczny

Drukarnia A. Koziańskiego w Krakowie.

SPIS RZECZY

zawartych w roczniku III. (1899) „Przeglądu gimnastycznego“.

Artykuły treści ogólnej.

Artykuły odnoszące się do historyi i teoryi ćwiczeń fizycznych.

Artykuły odnoszące się do hygieny.

Przykłady praktyczne.

Wspomnienie pośmiertne.

Wiersze.

Sprawozdania z pismiennictwa gimnastycznego.

Kronika.

Rok III. Kraków, dnia 1. stycznia 1899. **Nr. 1.**

PRZEGLĄD GIMNASTYCZNY

Organ Grona nauczycielskiego Sokoła Krakowskiego

POŚWIĘCONY SPRAWOM ĆWICZEŃ FIZYCZNYCH.

Prenumerata w Austryi: Rocznie złr. 1·80, półrocznie 90 ct. | W Niemczech: Rocznie . mrk. 3·50 W innych krajach: Rocznie fr. 6·—

Numer pojedynczy kosztuje 18 cnt.

Odpowiedzialny redaktor i wydawca: Dr. Stanisław Rowiński.

Z dniem dzisiejszym rozpoczynamy trzeci rok istnienia naszego pisma, a rozpoczynamy go z nową otuchą i lepszą wiarą w przyszłość, bo gdy dotąd było pismo nasze organem zaledwo kilku ludzi, dziś stało się ono pismem małej cząstki społeczeństwa sokolego, organem krakowskiego grona nauczycielskiego.

Fakt, że krakowskie grono nauczycielskie nie wahało się użyczyć pismu temu swej firmy, świadczy chyba najwymowniej o tem, że »Przegląd gimnastyczny« dwuletniem swem istnieniem dowiódł, iż potrafi stać ściśle na zakreślonem w pierwszym swym numerze stanowisku i pracować ściśle w wytkniętym kierunku, że jako taki zasługuje na zaufanie i na nazwę pożytecznego i potrzebnego pisma, któremu się większe jak dotąd poparcie należy.

I jeszcze jedna okoliczność wzbudza w nas większą otuchę i wiarę w przyszłość, albowiem podczas gdy pierwszy i drugi rocznik rozpoczynaliśmy, ograniczeni ze względu na nasze stosunki do jednego arkusza druku i do maleńkiej garstki współpracowników, to dziś gdy nam się udało koło tych ostatnich rozszerzyć i gdyśmy na pewniejszych stanęli nogach, jesteśmy w możności łamy pisma naszego jeszcze o połowę powiększyć i wzbogacić temsamem znacznie treść jego, która z powodu dotychczasowej szczupłości miejsca mogła niekiedy do życzenia nieco pozostawiać. Wprawdzie zmuszeni byliśmy podwyższyć wskutek tego nieznacznie

prenumeratę pisma, sądzimy atoli, że okoliczność ta nikogo nie odstraszy i że liczba naszych prenumeratorów nietylko się nie zmniejszy lecz owszem powiększy, tak dzięki przejęciu pisma przez grono nauczycielskie Sokoła krakowskiego, jak dzięki rozszerzeniu jego łam. Ufni w to rozpoczynamy nową erę bytu i istnienia »Przeglądu gimnastycznego« pewni, że poparcie czytelników, ich zaufanie oraz w parze z tem idąca poczytność naszego pisma, wynagrodzą nam nasze trudy i starania, które dla dobra idei sokolej ufni w lepszą jej przyszłość chętnie ponosimy i zawsze ponosić jesteśmy gotowi. *Redakcya.*

GIMNASTYKA A PIĘKNO.

SKREŚLIŁ

E. KUBALSKI.

Istnieje gimnastyka lecznicza i sportowa, wojskowa i pedagogiczna w miarę tego, czy dla wzmocnienia zdrowia lub przyjemności, dla wyrobienia karności lub siły jej się używa. A wartoby i koniecznem jest, aby obok zdrowia baczono też trochę i na estetykę, obok siły na piękno. Umysł ludzki bowiem tak skrępował i unicestwił ciało, tak je uczynił tylko swym niewolnikiem i organem do wykonywania pewnych funkcyj, że ten najpiękniejszy z kształtów przyrody zmarniał jak kwiat i zatracił te linie, których powab wkładał rzeźbiarzom dłuto do ręki i był natchnieniem artystów. Najpierw średnie wieki ze swą ascetyką i pogardą dla rzeczy ziemskich, a potem wiek pary i elektryczności zepchnęły je na stanowisko jakiegoś »malum necessarium«, z którem trzeba się pogodzić, a które można lekceważyć i tyranizować. »Dusza ludzka, że zapożyczę słów Nietsche'go — »patrzyła na ciało z pogardą, chciała mieć ciało chudem, brzydkiem i zgłodniałem. Sądziła, że w ten sposób wymknie się jemu i ziemi. A jednak nie wymknęła się ze swego futerału — natomiast futerał nieszanowany zepsuł się i spaczył». To też nic dziwnego, że pokolenia całe zatraciły w sobie poczucie piękna plastycznego, normalnego rozwoju budowy człowieka, który przypominają nam chyba anytki greckie. Podnoszą

się głosy iż rzeźba upada; lecz gdzież ma znaleść odrodzenie, gdzie szukać wzorów? Grek z czasów Peryklesa w każdym przechodniu znajdował gotowy model do posągu, dziś rzeźbiarz, estetyk musiałby długo szukać »człowieka«. W tych poszukiwaniach wstąpmy na chwilę do Muzeum. Oto przed nami »Gladyator« Welońskiego, niewolnik, który z siecią, trójzębem wchodzi na arenę i wita zgromadzonych »Ave Caesar«, wyciągnąwszy prawą dłoń w górę. Subtelna harmonia, siła i wyrazistość bije z tej jędrnej, muskularnej postaci. Niewolnik zdaje się być tryumfatorem, który wkracza na Kapitol po trupach zniewieściałych Rzymian, jak kaskada górska, pełna jakiejś świeżości i porywu. A pod posągiem patrzcie: Z piersią zapadłą i płaską jak deska, z łopatkami wystającymi, na badylkowatych nogach stoi młody człowiek, ubrany pięknie przez swego krawca i spogląda jakby chciał powiedzieć: patrzcie, jaki ja ładny! I stoi takich więcej, ładniej lub brzydziej ubranych, ładniej lub brzydziej uczesanych. Patrzą i nierozumieją, nie odczuwają tego posągu, nie jego idei, ale tego bogactwa konturów, tego zakutego w spiż rapsodu.

Patrzą i niejeden z nich czuje wstręt do owego silnego i jędrnego człowieka w bronzie, wstręt pokojowego pinczera do rosłego, rasowego brytana.

Ta szanowna jedna lub druga figura, która ma być stworzona na obraz i podobieństwo Boże, przypomina raczej dziadka kościanego lub jego lichą podobiznę. I to jest typ »przeciętny« młodzieńca schyłkowego, kwiat naszej cywilizacyi, który kiedyś jako przyszły mąż i ojciec rodziny odtwarzać będzie takie same lub może jeszcze bardziej zdenerwowane i niekształtne podobizny w przyszłych pokoleniach. Kultura współczesna nauczyła go wiele myśleć i czuć, rozszerzyła dziedzinę jego umysłowości, ale też zabiła go fizycznie, zeszpeciła i zdegenerowała. I w tem leży to złe, które usunąć potrzeba. Czas już chyba najwyższy oddać ciału to, co mu się należy, przywrócić siłę i piękno. Niechaj urna godną będzie tego blasku, który w niej świeci. Przypomnijmy sobie ów helleński ideał człowieczy, streszczony w słowie »kalokagatia« — piękność ducha i piękność ciała. A przecież tu chodzi tylko o kilka chwil dziennie o kilka godzin w tygodniu, aby je poświęcić swemu zdrowiu, budowie i ustrojowi fizycznemu, aby się o nie cokolwiek troszczyć. Nikt z nas nie zaniedbuje umyć się i wykąpać, bo to kwestya zdrowia i hygieny, nikt nie zaniedbuje ubrać się jak najstaranniej, bo to kwestya porządku mody, no i może pewnego smaku czy zmysłu estetycznego; niechże więc też nikt nie zaniedbuje ćwiczyć

i wyrabiać swe ciało tak, aby ono przedstawiało harmonijną i piękną formę. Gimnastyka może się komuś wydać nudną — choć tak nie jest — ależ i tamte funkcye są nudne same przez się, a przecież się je spełnia codziennie. Gimnastyka nie jest dla siebie celem ale środkiem; uprawiajcie ją choćby z przymusu, zamiłowanie do niej jak do czystości lub porządku wyrobi się zwolna. Ćwiczcie bo to daje wam zdrowie, rozwija wasz organizm cielesny wszechstronnie, czyni go wytrzymałym i zwinnym i wyrzeźbia go jak klasyczny posąg. Społeczeństwo, które tyle czyni dla wyrobienia np. zmysłu muzykalnego, powinno też dbać o przywrócenie piękna plastycznego, człowieczego i wyćwiczenie w tym kierunku u mas zmysłu i poczucia estetycznego.

Każde dziecko niemal »bębni« na fortepianie. Dobrze, ale każcie mu także gimnastykować się, już nie tylko dlatego, aby było zdrowe i silne, ale aby było ładnie rozwinięte i piękne w swym fizycznym rozkwicie, by się nauczyło cenić zarówno dźwięczny ton jak harmonię linij i kształtów. W tej chwili pomijam już nawet całą ważność gimnastyki zdrowotną, całe jej znaczenie fizyologiczne i psychiczne, dzięki któremu jest ona wspaniałą równoważnią życia sedenteryjnego, orzeźwieniem i lekarstwem na przepracowanie umysłowe, a podnoszę tylko ten jeden czynnik, który sam jeden powinien już pobudzić ogół do ćwiczeń fizycznych i zapełnić nasze sale ćwiczebne i boiska.

Ale powie kto może: gimnastyka jest rzeczą brutalną, przytłumia ducha, inteligencyę. Nie! panowie, to jest obawa dziecka przed zimną wodą, to tylko lenistwo. Goethe skakał przez stołki i ślizgał się zapamiętale. Teofil Gantier znakomity pisarz francuski pisze Brandes — z natury delikatny i szczupły, przez kilka lat brał lekcye fechtunku, boksowania, jazdy konnej i wiosłowania i póty nie zaniedbał tych ćwiczeń, póki jego ustrój cielesny całkiem się nie wzmocnił. Mógłbym cytować wielu innych wielkich ludzi i artystów, którzy z zamiłowaniem oddawali się ćwiczeniom i sportowi, lub wśród gwaru obozowego stworzyli najpiękniejsze arcydzieła. Można więc być artystą, człowiekiem o wytwornym smaku i inteligencyi — a przecież mieć jędrne muskuły i organizm swój dobrze i ładnie wyrobiony. Cóż dopiero mówić o tych, którzy poświęcićby musieli co najwyżej godzinę drzemki lub podobnego zajęcia; na tem chyba ich inteligencya nie ucierpi, ale zyska. Zresztą ta wrodzona każdemu człowiekowi żywość, chęć swobodnego ruchu — niechże zwłaszcza u młodzieży zamiast w excesach znajduje swój upust w ćwiczeniu fizycznem. Nikt zaś przecież nie zechce

odebrać młodości jej energii, ruchu, które są jej cechami, aby ją uczynić przedwcześnie zgrzybiałą, poważną, nienaturalnie sztywną.

Pojęcie piękna fizycznego tak się zresztą kojarzy w naszym umyśle z tem co dobre, szlachetne, że abstrahując już od utartego przysłowia: *mens sana in corpore sano*, nie wyobrażamy sobie inaczej bohatera powieści, dramatu jak tylko w pełni urody, siły i zdrowia młodzieńczego. Powieści Dumasa, Walter-Scotta, Sienkiewicza roją się ludźmi o szalonej brawurze, tryskającymi młodością, energią i odwagą. Cóż za przepyszna galerya junaków, ludzi o męskiej doskonałości, taki Kmicic, Zbyszko lub Vinicius — albo owi siłacze Podbipięty, Ursusy i t. p. Już to tym kreacyom, tym silnym ludziom w powieściach Sienkiewicza należałoby chyba poświęcić osobne studyum. A skoro wyobraźnia genialnych pisarzy wciela swe ideały w takie jednostki, to jest to w każdym razie dowodem i wskazówką, że tak należy sobie wyobrazić człowieka w jego idealnej doskonałości, w jego męskim rozwoju, harmonizującym dzielność umysłu z tęgością fizyczną. Ostatecznie cała sztuka, ta zwłaszcza, która w zdrowych motywach czerpała swe natchnienie, opierała się na prawdzie i pięknie, a cóż może być niem więcej jak sam człowiek.

Jak ten człowiek wyglądał w pieśniach Homera, w rzeźbach Fidjasa, w obrazach Rubensa, Matejki, czy Siemiradzkiego, wie każdy. Niechże teraz porówna się z tymi arcydziełami, niech zobaczy swą ubożuchną i mizerną postać i powie: moja wina. Gdybyśmy tylko chcieli i umieli rozwijać się harmonijnie, ludzkość cała wyglądałaby inaczej.

A teraz jeszcze słówko ze stanowiska estetycznej gimnastyki. Jak zanik mięśni jest szpetny, bo czyni człowieka podobnym do niezgrabnie ociosanego kloca drzewa, tak też i wszelka hypertrofia jako przesadna i dysproporcyonalna niemiłą jest dla oka. Zdarza się choć rzadko widzieć gimnastyków zdeformowanych przez jednostronne ćwiczenie, o skrzywionych łopatkach — atletów o przerośniętym nadmiernie pewnym organie na niekorzyść innych, wreszcie zapamiętałych sportowców ztrenowanych do niemożliwości. Ze stanowiska sportu może to być usprawiedliwione, może i zdrowie nic na tem nie cierpi, ale cierpi na tem symetrya i piękno i tego być nie powinno. Pewne przyrządy czy ćwiczenia, zwłaszcza w młodszym wieku należałoby wykluczyć i uczynić gimnastykę bardziej wszechstronną, pouczającą i rozwijajacą równomiernie całą muskulaturę człowieka. Należałoby po prostu przystosować ćwiczenia tak aby jednostkę jak najładniej rozwinąć. Ale jest to rzecz systemu, we-

wnętrzna sprawa samej fachowej gimnastyki, której na razie poruszać nie myślimy.

Sądzimy, że tych kilka pobieżnych słów wyjaśniło czytelnikom i usprawiedliwiło nasze założenie, że nie draperya ale sam człowiek jest najpiękniejszym tworem przyrody i że mylnem jest przekonanie, jakoby siła była abnegacyą inteligencyi, lub rozkwit form zabójstwem ducha. A więc należy nam ćwiczyć i to od samej młodości, bo jak młodość jest »rzeźbiarką życia« tak ćwiczenie, gimnastyka jest rzeźbiarką młodości i ciała ludzkiego; należy nam też pragnąć aby społeczeństwo nasze chore i rozpieszczone, zmężniało wreszcie i poznało, że jego cherlactwo jest szpetotą, zbrodnią i gwałtem popełnianym dobrowolnie na własnym organizmie i kiedyś może być klęską i skarłowaceniem przyszłych pokoleń.

Gimnastyka szkolna — a towarzyska u nas.

Napisał Dr. St. Rowiński.

Komu nie tajne systemy w naszych towarzystwach sokolich używane i kto miał sposobność widzieć sposób prowadzenia ćwiczeń, czy to w miastach głównych, czy też w t. zw. prowincyonalnych, ten bez trudności spostrzedz zapewne musiał, że system, jakiego się u nas używa przy prowadzeniu ćwiczeń uczniów a więc system gimnastyki szkolnej, niczem się nie różni od tego, który jest podstawą prowadzenia ćwiczeń gimnastyki z członkami, czyli podstawą gimnastyki towarzyskiej i że także sposoby przeprowadzenia lekcyj w obu rodzajach gimnastyki również się od siebie niczem nie różnią. Wystarczy przejrzeć rozkłady ćwiczeń dla uczniów i członków w któremkolwiek gnieździe, wystarczy kilka godzin spędzonych podczas lekcyj dla pierwszych lub drugich przeznaczonych, by spostrzedz, że tu i tam te same grupy, te same prawie ćwiczenia przedmiot lekcyj stanowią i że tu i tam zupełnie podobnie i w ten sam sposób owe lekcye się przeprowadza.

Nie od dzisiaj atoli wyłoniło się pytanie czy ćwiczenia członków lub uczniów tylko nazwą od siebie różnić się mają i podnoszą się z wielu stron głosy, że należałoby przedsięwziąść pewną reformę jeżeli już nie w całym systemie przez nas przyjętym, to przynajmniej w sposobie prowadzenia ćwiczeń młodzieży naszej.

Jak w każdej kwestyi, która jest przedmiotem pytania, przedmiotem zastanawiania się, tak i w tej, są okoliczności przemawiające za tem, by zostawić rzecz tak jak bywało i są okoliczności z których konieczność reformy pewnej wynika. Zebrać owe pro i contra i wysnuć z nich pewne wnioski, oraz przedstawić takowe czytelnikowi to moje zadanie; czytelnikowi pozostawiam zaś zastanowienie się nad tem, czy i o ile zapatrywanie moje jest słusznem lub też niesłusznem.

Otóż zdaniem mojem za utrzymaniem dzisiejszego sposobu prowadzenia ćwiczeń przemawia jedynie to, że młodzież już wcześnie wyrabia sobie takie przymioty jak odwaga i stanowczość, natomiast jako złe strony uważam szczupłą ilość wykonanych ćwiczeń, a następnie to, że młodzież doszedłszy już często w gimnastyce szkolnej do perfekcyi i do kulminacyjnego punktu, nie widzi w gimnastyce towarzyskiej już nic takiego, coby ją zachęcało do pomnożenia szeregów Sokolstwa z chwilą, gdy opuszcza szeregi uczniów.

Co się tyczy jedynej a dopiero co wspomnianej zalety, to wiadomo, że obecnie młodzież już w szkołach wykonuje ćwiczenia pod każdym względem trudne i dające jej dostateczną sposobność do rozwoju wspomnianych wyż przymiotów umysłu jak odwaga i stanowczość. Widzimy chłopców czternasto, piętnastoletnich nieraz i młodszych, wykonujących ćwiczenia czwartego lub piątego stopnia i to ćwiczenia do których nielada trzeba odwagi, niemało uwagi, energii i stanowczości.

Ćwiczeń tych atoli wykonuje się stosunkowo zbyt mało. Wziąwszy bowiem pod uwagę, że w naszych stosunkach ilość uczniów w zastępie wynosi co najmniej dziesięć, nieraz zaś daleko więcej, to przy tej ilości a przy szczupłym czasie przeznaczonym na gimnastykę na przyrządach, z którego odliczyć jeszcze trzeba czas potrzebny do ustawienia i odsunięcia przyrządów, może uczeń przeciętnie ledwo dziesięć ćwiczeń w ciągu półgodziny wykonać. Każdy przyzna, że to za mało, i o ile może to wystarczyć w gimnastyce towarzyskiej, ze względu, że biorą w niej udział ludzie od lat dwudziestu w zwyż, a więc ludzie jak wiadomo daleko podatniejsi zmęczeniu niż młódź szkolna, o tyle dla tej ostatniej taka ilość ćwiczeń nie wystarcza i do należytego wykształcenia ciała trzeba, by młódź nietylko jakościowo dobre wykonywała ćwiczenia, ale także by je wykonywała często. Przy dzisiejszym zaś sposobie prowadzenia ćwiczeń jest to rzeczą niemożliwą.

Drugi wzgląd, który również przemawia przeciw dzisiejszemu sposobowi prowadzenia ćwiczeń, to wzgląd na rozwój sokolstwa, wzgląd na wzrost i wzmaganie się liczby ćwiczących członków. Gimnastyka szkolna nie jest wyłącznem zadaniem Sokolstwa; Sokolstwo nasze musi mieć między innemi także gimnastykę towarzyską na oku, musi się starać, by szeregi Sokołów przybywały i chronić się i baczyć, by nie ubywały. Niestety ubytek tych szeregów silnie daje się odczuwać, czego najlepszym dowodem, że my, którzy z natury zastanawiamy się nad przyszłością dopiero wtedy, gdy jest zapóźno, śledzimy już dzisiaj z uwagą, co jest przyczyną tego ubytku. Otóż obok wielu innych widzę także i przyczynę mającą źródło w naszym narodowym charakterze a raczej ściśle się wyrażając w naszych narodowych wadach. Nowość nas bawi, a gdy zniknie jej urok, który nas rzucił w objęcia jakiejś nowej idei, pchnął na nowe tory i nowe drogi pracy wskazał, chłodniemy w zapale i odwracamy się plecami od tego, co przez czas jakiś chroniło nas od apatyi i pchało do pracy. Nasze Sokolstwo mogło by coś o tem powiedzieć i codziennie widzi ono przykłady, że taka a nie inna jest nasza natura. Rzedną niestety szeregi ćwiczących i z każdym rokiem coraz ich więcej ubywa.

Dzieje się to nie od dzisiaj w naszem Sokolstwie lecz prawie od zawiązku, dotąd objaw ten nie dawał się atoli tak bardzo uczuwać, gdyż w miejsce opuszczających szeregi sokole wstępowali nowi członkowie rekrutując się bądź to z młodzieży wyszłej ze szkół, bądź z pośród starszych. Dziś aczkolwiek tak jak i dawniej jedni występują a drudzy wstępują, liczba tych ostatnich maleje niestety z dniem każdym a w ruchu ćwiczebnym znać raczej cofanie się w stecz aniżeli dążenie wprzód. Ale też i czasy się zmieniły; dzięki pracy Sokolej liczba tych, którzy jeszcze nigdy nie ćwiczyli, liczba tych dla których ćwiczenia byłyby czemś nowem zmalała znacznie.

Nowi bowiem członkowie nasi rekrutują się zwykle, albo z ludzi już na stanowiskach, w każdym razie zaś takich, co dawno opuścili szkoły, albo też z młodzieży, która co dopiero, lub niedawno ławy szkół średnich porzuciła. Otóż co się tyczy pierwszej kategoryi to jasnem jest, że w obec powstawania coraz to nowych towarzystw sokolich a wobec istnienia innych od lat szeregu, coraz mniej jest takich osób, któreby w życiu swem nigdy jeszcze nie ćwiczyły. Co się zaś tyczy drugiej kategoryi, to dawniej gimnastyka w szkole była rzadkością i uczeń dopiero po wyjściu z niej mógł zasmakować w gimnastyce ćwicząc jako członek

w któremkolwiek towarzystwie sokolem. W ostatnich zaś czasach wszędzie prawie, gdzie istnieje Sokolstwo tam pracuje ono nad młodzieżą a dzięki kilku lub kikunastoletniej pracy, tysiące młodzieży przewinęło się przez nasze sokolnie i powiększyło liczbę tych co już ćwiczyli. Temsamem liczba tych, dla których ćwiczenia mogłyby posiadać urok nowości i w tej drugiej kategoryi kandydatów na członkow także się zmniejszyła.

Pomijam tu kwestyę owych starszych kandydatów a wracam do młodzieży.

Myśmy do tych ćwiczeń młodzieży z takim się brali zapałem — one były dla nas otuchą, zachętą do pracy — one były dla nas całą nadzieją i zadatkiem lepszej przyszłości. Iluż z nas cieszyło się naprzód myślą, że ten w sokolniach naszych wychowany narybek, zasili i powiększy szeregi sokole. Niestety w krótkim stosunkowo czasie przekonaliśmy się, że nadzieje nasze nas zawiodły. Na stu uczniów opuszczających szkołę i sokolnię, wraca do nas pięciu do dziesięciu w charakterze członków a i ci nie długo i nie zawsze stale u nas bawią; po roku, po kilku miesiącach, czasem i wcześniej opuszczają nas, by wcale lub nie prędko wrócić.

Zapewne, że na takie objawy, na taką bezpłodność pracy naszej składa się wiele czynników, ale nie małą między nimi rolę gra i ten, który wykazuję, czynnik mający swe źródło w naszej narodowej wadzie, w gonitwie za urokiem nowości.

I cóż w tem dziwnego, gdy uczeń który w ciągu lat swych szkolnych przeszedł wszystkie systemem naszym objęte a stereotypowo przerabiane ćwiczenia począwszy od najłatwiejszych a skończywszy nieraz na najtrudniejszych — przyszedłszy do zastępu członków ziewa i nudzi się, gdy przodownik czy nauczyciel znowu od początku z nim zaczyna lub przerabia to, co on dawno umiał i robił. On by chciał czegoś nowego, coś, czego w gimnastyce szkolnej jeszcze nie miał, a tu oprócz tego, że go nazywają druhem zamiast mówić mu «ty» nie widzi zresztą żadnej różnicy. Gdy dla takiego przeciętnego ucznia, który nie potrafi przejąć się zasadami sokolemi i poczuciem obowiązków względem swego własnego »ja«, zniknie urok nowości, nic go w naszych szeregach utrzymać nie zdoła i ten brak urozmaicenia i nowości wystrasza go z nich pierwej, nim z niego da się zrobić »Sokoła«.

(C. d. n.)

PRZYKŁADY PRAKTYCZNE.

A) DRABINA POZIOMA.

Ćwiczenia wspólne.

Ułożył **Walter i Sp.**

Każde ćwiczenie wykonuje równocześnie kilku ćwiczących w takt liczony przez nauczyciela. Przy ćwiczeniach z chwytem za jeden bok drabiny: ustawienie mimośrednie po obu bokach drabiny. Ćwiczenia opisane w jedną stronę należy przerabiać i w drugą. Pob. = pobok drabiny; Poprz. = poprzek.

ZASTĘP IV.

(Drabina po piersi).

I. *Pob. 1.* Nachwyt za jeden bok. — *2.* Podskokiem zwieszenie postawne przodem o ram. prost. (nogi w przód). — *3.* Podskokiem powrót do postawy. — *4.* Ramiona opuść.

II. *Pob. 1.* Nachwyt za jeden bok. *2.* Zakrok lewą nogą. — *3.* Prawą nogę złącz z lewą do zwieszenia post. łukiem o ram. ugiętych. *4.* Odepchnięciem postawa zasadna (stopy pozostają w tem samem miejscu).

III. *Pob. 1.* Nachwyt za dwa szczeble. — *2.* Podskokiem zwiesz. post. bokiem o ram. prost. (nogi w bok). *3.* Podskokiem powrót do postawy. — *4.* Ramiona opuść.

IV. *Pob. 1.* Podchwyt za jeden bok w postawie tyłem do drabiny. — 2. Zakrok lewą. — *3.* Prawą nogę złącz z lewą do zwierz. post. tyłem o ram. prost. — 4. Zeskok do post. zasadnej.

V. *Poprz. 1.* Nachwyt za oba boki. — *2.* Podsk. zwiesz. post. przodem o ram. prostych. — *3.* Chwyt pr. ręką za lewy bok. — *4.* Zeskok do post. zasadnej (głowę uchylić w bok).

VI. *Pob. 1.* Nachwyt za jeden bok. — 2. Podskokiem zwiesz. post. łukiem o ram. ug. — *3.* Podsk. zwiesz. post. przodem o ram. prostych. — *4.* Zeskok do post. zasadnej.

VII. *Poprz. 1.* Nachwyt za oba boki. — *2.* Podsk. zwiesz. post. bokiem o ram. prostych w lewo. — *3.* $^1/_4$ obrotu w lewo do zwiesz. post. przodem (puszcza się lewą ręką i dochwytuje się nią za prawy bok). — *4.* Zeskok do post. zasadnej.

VIII. *Poprz. 1.* Podchwyt za jeden szczebel. — 2. Podsk. zwiesz. post. przodem o ram. prost. — 3. Ramiona skurcz i prostuj (kilka razy). — *4.* Zeskok do post. kucznej.

ZASTĘP III.

(Drabina po biodra).

I. *Pob. 1.* Nachwyt za jeden bok. — 2. Podskokiem zwiesz. post. przodem o ram. prostych. — *3.* Nachwyt prawą ręką za drugi

bok drabiny, podchwyt lewą. — *4*. Nogi zegnij w kolanach i stopy przysuń ku sobie, przejście do post. zasadnej przez obrót w prawo.

II. *Pob. 1*. Podpór leżąc przodem na ziemi. — *2*. Nachwyt lewą ręką za bok drabiny. — *3*. Nachwyt prawą za ten sam bok do zwiesz. post. łukiem o ram. ugiętych. — *4*. Zeskok do postawy.

III. *Pob. 1*. Nachwyt za 2 szczeble ze spodu drabiny. — *2*. Podskokiem zwiesz. post. przodem. — *3*. Prawą ręką oprzej o ziemię, potem lewą do podp. leżąc tyłem na ziemi. — *4*. Zeskok do postawy.

IV. *Pob. 1*. Podpór leżąc przodem na ziemi (tyłem do drab.) — *2*. Prawą stopą oprzej podbiciem na boku drabiny. — *3*. Lewą nogę złącz z prawą. — *4*. Zeskok do postawy.

V. *Pob. 1*. Nachwyt za jeden bok. — *2*. Wyskok do podporu przodem. — *3*. Przedmach okroczny przodem prawonóż. — *4*. Zeskok do postawy z $^1/_4$ obrotem w prawo.

VI. *Pob. 1*. Podchwyt za jeden bok w postawie tyłem do drabiny. — *2*. Zwiesz. post. tyłem o ram. prostych. — *3*. Pół obrotu w prawo do zwiesz. post. przodem. — *4*. Zeskok do postawy.

VII. *Poprz. 1*. Nachwyt prawą, podchwyt lewą za jeden bok. — *2*. Podpór post. bokiem (pr. ramię ugięte). — *3*. Opust do zwiesz. post. przodem o ram. ug. — *4*. Zeskok do postawy.

VIII. *Pob. 1*. Nachwyt za jeden bok. — *2*. Podskokiem podpór post. przodem o ram. prostych. — *3*. Ramiona ugnij i prostuj (kilka razy). — *4*. Odepchnięciem przejście do postawy.

ZASTĘP II.

(Drabina po biodra).

I. *Pob. 1*. Nachwyt za jeden bok. — *2*. Podskokiem zwiesz. post. łukiem o ram. ugiętych. — *3*. Wspieranie rzutem równorącz do podp. post. przodem. — *4*. Odepchnięciem przejście do postawy.

II. *Pob. 1*. Podpór leżąc przodem na ziemi. — *2*. Nachwyt praworącz za bok. — *3*. Półkole odboczne w prawo do zwiesz. post. przodem. — *4*. Nachwyt leworącz za ten sam bok. — *5*. Zeskok do postawy.

III. *Pob. 1*. Podchwyt za jeden bok w postawie tyłem do drabiny. — *2*. Podskokiem podpór post. tyłem o ram. ugiętych (nogi wstecz). — *3*. Opust równorącz do zwiesz. post. tyłem. — *4*. Podpór leżąc przodem na ziemi naprzemianrącz. — *5*. Zeskok do postawy.

IV. *Pob. 1*. Nachwyt za jeden bok. — *2*. Podskok do siadu spojonego na drabinie z $^1/_2$ obrotem w lewo. — *3*. Pół obrotu w prawo z powrotem do podporu przodem. — *4*. Zeskok wstecz do postawy.

V. *Pob. 1*. Nachwyt za jeden bok. — *2*. Podskokiem zwiesz. post. przodem o ram. prostych. — *3*. Lewą nogę oprzej o drugi bok drabiny od wewnątrz, prawą połącz z lewą do zwiesz. przewrotnego przodem. — *4*. Odepchnięciem zeskok do postawy.

VI. *Pob. 1.* Podchwyt lewą za bliższy, nachwyt prawą za dalszy bok drabiny. — *2.* Podskok do podporu przodem. — *3.* Wsiad okroczny prawonóż przodem z $^1/_4$ obrotem w lewo. — *4.* Chwyt za sobą, połącz lewą nogę z prawą. — *5.* Zeskok w bok.

VII. *Pob. 1.* Podpór leżąc tyłem na ziemi. — *2.* Nachwyt praworącz za jeden bok, dochwyt lewą za przegub prawej ręki. — *3.* Ugnij i prostuj prawe ramię (kilka razy). — *4.* Zeskok do postawy.

VIII. *Poprz. 1.* Nachwyt praworącz na bok. — *2.* Podpór postawny bokiem praworącz. — *3.* Nachwyt leworącz za bok, obracając się w prawo, podpór post. bokiem leworącz (prawa ręka w zwieszeniu). — *4.* Zeskok do postawy.

ZASTĘP I.

(Drabina doskocznie).

I. *Poprz. 1.* Nachwyt za oba boki. — *2.* $^1/_4$ obrotu w lewo do podchwytu za lewy bok. — *3.* Powrót. — *4.* Zeskok.

II. *Pob. 1.* Nachwyt za oba boki. — *2.* Ramiona ugnij. — *3.* Zmiana prawej ręki na podchwyt. — *4.* Zeskok z $^1/_2$ obrotem w lewo.

III. *Poprz. 1.* Nachwyt za oba boki. — *2.* Zwieszenie przewrotne przodem z oparciem nóg o szczebel najbliższy rąk. — *3.* Pochód wprzód nogami po szczeblach przestawnie do zwiesz. leżąc przodem (ręce w miejscu). — *4.* Opust nóg, zeskok.

IV. *Pob. 1.* Nachwyt za 2 sąsiednie szczeble. — *2.* Pochód prawą ręką po szczeblach do chwytu rozpiętego (lewa w miejscu). — *3.* Dochwyt prawą ręką z powrotem za pierwotny szczebel (od razu). — *4.* Zeskok.

V. *Poprz. 1.* Nachwyt za oba boki. — *2.* Zwieszenie leżąc tyłem z oparciem nóg o szczeble (przewlek nóg między rękami). — *3.* Opust prawej ręki i $^1/_2$ obrotu w lewo do zwiesz. leżąc przodem, z dochwytem za lewy bok od zewnątrz. — *4.* Opust nóg, zeskok.

VI. *Pob. 1.* Nachwyt za jeden bok. — *2.* Zwieszenie tyłem (przewlek nóg między rękami). — *3.* Opust lewej ręki i cały obrót na prawej ręce do zwiesz. przodem. — *4.* Dochwyt lewą ręką, zeskok.

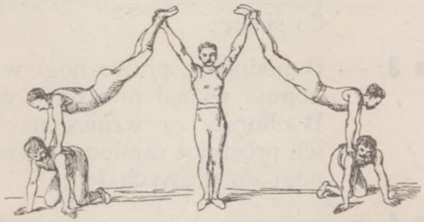
VII. *Poprz. 1.* Nachwyt za oba boki. — *2.* Zwieszenie przerzutne (przewlek nóg między szczeblami i wygięcie krzyży-tułów pionowo) — *3.* Powrót. — *4.* Zeskok.

VIII. *Pob. 1.* Nachwyt za jeden bok. — 2. Wspieranie rzutem praworącz, lewe ramię w poziom w bok. — *3.* Dochwyt lewą ręką. — *4.* Zeskok.

B) KILKA PIRAMID W PIĘCIU.

Ułożył Dr. ST. ROWIŃSKI.

1.



Oznaczenie: środkowy = A — dwaj bliżsi tegoż = Bl (lewy) Bp (prawy) — dalsi dwaj zewnętrzni = Cl i Cp.

Ustawienie: Cp, Bp, A, Bl, Cl (a więc ustawienie rzędowe).

Wykonanie: **Na 1.** — wykonują obaj B i obaj C równocześnie rozstęp na odległość dwóch kroków od A jako środka;

na 2. — obaj B podpór klęczny, zaś obaj C $^1/_4$ obrotu na zewnątrz;

na 3. — obaj C opierają ręce na plecach B i odsuwając się wstecz, podają prawe nogi A, który takowe natychmiast w okolicy kostki chwyta;

na 4. — A podnosi obu C za nogi w pion i ramiona prostuje trzymając takowe w położeniu »w pion zewnątrz«;

na 5. — A puszcza nogi C, i wszyscy wraz z B postawę zasadną przybierają;

na 6. — powrót do ustawienia pierwotnego.

2.



Oznaczenie: } analogicznie jak przy piramidzie 1-szej.
Ustawienie: }

Wykonanie: **Na 1.** — A wykonuje krok wstecz, obaj C zaś rozstęp wolny na sąsiednich B;

na 2. — obaj B $^1/_4$ obrotu do siebie i podpór leżąc przodem, obaj C równocześnie $^1/_4$ obrotu do siebie;

na 3. — B podnoszą prawe nogi w pion, C zaś wykonują wypad prawonóż wprzód, chwytają B oburącz za wzniesione nogi i podnoszą ich prostując ramiona, poczem B lewe swoje nogi do prawych łączą;

na 4. — wstępuje A lewą nogą na kark Be a prawą na kark Be — prostuje nogi i wznosi ramiona ugięte w pion.

na 5. — A zeskakuje wprzód, C, puszczają nogi B poczem wszyscy przybierają postawę zasadną;

na 6. — jak przy piramidzie 1-szej.

3.



Oznaczenie: } analogicznie jak przy piramidzie 1-szej.
Ustawienie: }

Wykonanie: **Na 1.** — przybierają B i C rozstęp ciasny od środka;

na 2. — wykonują B $^1/_4$ od siebie a następnie siad na ziemi trzymając przytem nogi pod kątem ostrym ugięte, zaś C wykonują równocześnie $^1/_4$ obrotu do siebie;

na 3. — wstępuje A lewą stopą na bark Bl, następnie prawą na bark Bp poczem nogi prostuje;

na 4. — opierają C ręce na kolanach B i przychodzą zamachem do stania na rękach, przyczem A

chwyta ich za nogi a B za przeguby przytrzymują;

na 5. — A i B puszczają nogi i ręce C, poczem ci zeskakują wstecz, A wprzód i wszyscy postawę zasadną przybierają.

na 6. — jak przy piram. 1-szej.

4.



Oznaczenie: | analogicznie jak przy pir. 1-szej.
Ustawienie: |

Wykonanie: **na 1.** — wykonują B krok wstecz zaś C biorą od od nich rozstęp średni na zewnątrz i zwracają się do siebie (1/4 obrotu).

na 2. — A rozkrok o nogach silnie ugiętych, B opierają swe wewnętrzne stopy na udach A (tuż przy pachwinach).

na 3. — Obejmuje A ramieniem odpowiednie uda B i to jak najgłębiej, zaś B przychodzi do postawy na jego udach, pochylając się o ile możności do środka.

na 4. — Opierają C ręce na ziemi i zamachem przychodzą do stania na rękach — B chwytają ich za nogi i ręce sobie podają.

na 5. — puszczają B nogi C i zeskakują sami wprzód, poczem wszyscy przybierają postawę zasadną.

na 6. — jak przy pir. 1-szej.

„DEKADENTOM".

Dziś trzeba nam pieśniarzów siły
Nie chorych marzeń i rozstroju,
Pieśń niech dziś będzie hasłem boju,
Co krew goręcej pędzi w żyły.

Bo gdy przez losu krwawe rózgi
Zdobywać mamy marne szczęście,
To miejmy silne barki, pięście!
To miejmy zdrowe nerwy, mózgi!

Rozpieszczać nerwów nam nie trzeba
I w miękiej niańczyć nas kolebce,
Bo życie słabych gnie i depce,
Bo słabym w życiu braknie chleba.

Więc na co urojonej męki,
To duszę z hartu ogołaca,
Nam hasłem w życiu: walka, praca,
Nam trzeba innej dziś piosenki.

N. N.

Sprawozdanie z piśmiennictwa gimnastycznego.

Przewodnik gimnastyczny »Sokół« nr. 12 zawiera: Od administracyi. — Przypomnienie. — † Mieczysław Baranowski (wsp. pośm.). — Do Polek n. Dr. A. Dzjędzielewicz. — Sprawy Związku pol. Tow. sokolich w Austryi i w Stanach zjedn. póln. Ameryki. — † Rudolf Krimmer (wspom. pośm.). — Kronika. — Inseraty.

Sokół amerykański zawiera: Sprawozdanie delegata Wydziału Związku S. P. z objazdu gniazd na Wschodzie. — Zasady Sokole. — Kilka uwag o biegu przez E. M. — Zarys nauki gimnastyki sokolej i towarzyskiej n. A. Durski. — Jak długo żyć powinniśmy przez Dr. J. Galanta. — Pracuj Sokole! wiersz W. Poszwińskiego. — Rocznica Kościuszkowska. — Sprawy związkowe. — Kronika.

Sokol nr. 12 zawiera: Kilka słów z dziejów ćwiczeń fizycznych w Czechach n. I. Křen. — Ćwiczenia wolne Klenki a system Tyrsza n. V. Peva. — Z ziem zagrożonych. — Statystyka Związku czesko-słowiańskiego Sokolstwa za rok 1897 z. I. Kukaň. — Ku pamięci pierwszego dwudziestopięciolecia unii gimnastyków francuskich. — Z Ameryki. — Sprawy innych narodów. — Sprawy słowiańskie. — Literatura. — Kronika.

Vestnik Sokolsky nr. 23 zawiera: Ubytek ćwiczących. — Zwrot n. V. Kukań. — Sprawozdania. — Wskazówki i materyal do odczytów sokolskich. — O organizacyi gier w Niemczech n. Józef Klenka. — Rozmaitości

Sokol Americky nr. 11 zawiera: Niedostateczne popieranie sprawy sokolej. — Dorobek. — Lekarz w szkole. — Gdzież są nasi korespondenci. — Ćwiczenia dla maluczkich Jos. Czermaka. — Wychowawcy a ćwiczenia cielesne przez V. S — Wychowanie fizyczne a chrześciaństwo. — Kronika. — Obrazki z podróży z czeskiego Zachodu do Omahy p. V. Dibelka — Ćwiczenia na poręczach (przykłady) J. Klenka.

KRONIKA.

Prof. Fr. Kemeny dyrektor szkoły realnej w Budapeszcie i znany pracownik na polu wychowania fizycznego udowadnia w nrze 16 czasopisma, „*Zeitschrift für Turnen und Jugendspiel*“ potrzebę utworzenia osobnej sekcyi ministeryalnej dla ćwiczeń fizycznych. Wykazując wzmagający się ruch na tem polu tudzież wykazując, że wszelkie inne gałęzie życia społecznego mają we władzach centralnych swych osobnych przedstawicieli, którzy nad rozwojem owych poszczególnych gałęzi czuwają, przychodzi do przekonania, że tak ważny przedmiot jak wychowanie fizyczne winien być co najmniej na równi z innymi traktowany. Na końcu rozprawki swej przedstawia on wreszcie, jak sobie skład takiej sekcyi i jej szczegółowe zadania wyobraża, przyczem wspomina także o instytucyi inspektorów dła ćwiczeń fizycznych, którzyby czy to w państwie czy też w poszczególnych prowincyach i okręgach wykonywali kontrole nad wychowaniem fizycznem w szkołach.

Trudno odmówić słuszności wywodom Kemenyego i żywić należy nadzieję, że prędzej czy później musi przyjść w państwie naszem do powstania tak osobnej sekcyi ministeryalnej jak inspektorów dla ćwiczeń fizycznych.

Ogrzewanie i czyszczenie sal gimnastycznych. Minister wyznań i oświaty w państwie niemieckim wydał w dniu 25 października 1898 rozporządzenie do L. 2830, w którem ze szczególnym naciskiem podnosi konieczność należytego ogrzewania i czyszczenia sal gimnastycznych. Co do pierwszego postanawia że zgodnie z opinią hygienistówciepłota sali winna wynosić co najmniej 12" Cel. a najwyżej 15" Cel. przyczem zauważa, że nawet podczas najsilniejszych mrozów usilnie starać się należy o utrzymanie minimalnej ciepłoty dodając, że nietyle rozchodzi się o to by ćwiczącym było ciepło, gdyż przy ruchu sami się rozgrzewają lecz o to, by powietrze, którem zmuszeni są oddychać, miało co najmniej 12° Cels. ciepłoty.

Co do drugiej kwestyi tj. czyszczenia sal postanawia on, że nietylko posadzka ale także przyrządy, przybory, ściany, okna sali winny być w czystości utrzymane i to tak ze względu na nauczycieli jak i na uczniów między którymi często znajdują natury mniej silne o słabszych i delikatniejszych narządach oddechania.

Całe to rozporządzenie a raczej okoliczność, iż ministerstwo wyznań i oświaty czyni podobne kwestye przedmiotem swych rozporządzeń, świadczy wymownie o tem o ile sprawa fizycznego wychowania wyżej stoi w Niemczech w przeciwstawieniu do naszego państwa.

»Turner« donosząc w nr. 20 o rozwiązaniu przez władze sokoła czeskiego w Berlinie nie ma dosyć słów oburzenia na postępki tegoż towarzystwa. Jako najgłówniejszy zarzut podnosi okoliczność, że Sokół berliński niepomny na to iż użyczono mu na niemieckiej ziemi gościnności, zawsze i wszędzie solida-

ryzował się z antiniemieckim ruchem w Czechach, a nadto jaki drugi zarzut to, że trzymał się zdala od wszelkich towarzystw.

Z całego artykułu bije ukryta radość z zarządzenia władz niemieckich.

Ciekawe skutki zwieszenia o ramionach ugiętych podaje lekarz sztabowy Dr. Sehrwald. Dwudziestodwuletni silnie zbudowany szeregowiec usiłował w zwieszeniu na drążku ramiona uginać i prostować. Po półminutowej może pracy udało się przy silnem przegięciu głowy wstecz wznieść tułów o jakie 10 ctm. Natychmiast po zeskoku uczuł jakieś zdrętwienie i porażenie obu ramion tak, że nie mógł ani pewnych ćwiczeń wolnych ani też ruchów karabinem wykonywać. Część mięśni i barków doznało porażenia i poczęło znacznie tracić w krótkim czasie na objętości. Dopiero siedmiotygodniowe staranne i energiczne leczenie przyprowadziło szeregowca do zdrowia i przywróciło mu władzę w ramionach.

To ciekawe porażenie nie nastąpiło zdaniem Dra Sehrwalda w chwili i wskutek zmiany zwieszenia ramion prostych do ugiętych lecz wskuteg tego, że ćwiczący zwieszony podchwytem opuścił się i zawisł zupełnie bez napięcia i pracy mięśni na drążku. Otóż wówczas nastąpiło przy silnem przegięciu głowy wstecz przygniecenie pewnych nerwów, które swój wyraz w porażeniu odpowiednich grup mięśni. Dla uniknięcia czegoś podobnego należy zdaniem tego lekarza ściśle przestrzegać by ćwiczący nie zwieszał się ospale bez energii i nie przechylał przytem głowy wstecz. *(Deutsch. medic. Wochenschrift).*

Zjazd gimnastyków niemieckich o którym dotąd nie mieliśmy sposobności donieść, odbył się w Hamburgu w dniach 23—27 lipca z. r. przy bardzo znacznym udziale uczestników.

W pierwszym a głównym dniu zjazdu już o 7-mej rano ruch był wielki na boisku położonem w środku miasta a mierzącem 360 m. wzdłuż a 210 m. w szerz. Od wczesnego ranka bowiem rozstrzygano zawody ludowe w biegu, skoku, rzucaniu kamieniem i t. d. do których aż 400 uczestników się zgłosiło.

W południe odbył się pochód. Wzięło w nim udział do 20.000 gimnastyków. Na czele jechało trzech trębaczy przybranych w staroniemiecki strój, za nimi ciągnęły się szeregi gimnastyków podzielonych na 7 olbrzymich oddziałów; przed każdym oddziałem jechał wspaniale przybrany wóz przedstawiający sceny z życia gimnastyków lub jakąś allegoryę z tem życiem w związku będącą. Oprócz tego wzięło w pochodzie udział 30 muzyk wojskowych i prywatnych. Z gości byli obecni gimnastycy z Szwajcaryi, Włoch, Rumunii i Węgier.

Bezpośrednio po pochodzie odbyły się ćwiczenia wspólne laskami przy udziale 6000 ćwiczących.

Po nich popisywali się na przyrządach goście, z których największe zajęcie budzili włosi.

Dzień pierwszy zakończono grami i zabawami, w których uczestniczono wedle poszczególnych krajów.

W dniu drugim rozpoczęto o 7-mej rano sześciobój w skoku w wyż a w dal, biegu, rzucaniu kamieniem, w ćwiczeniach na drążku (2 obowiązkowe), na poręczach (również 2 obowiązkowe), na koniu w szerz i wzdłuż (jedno obowiązkowe). Do zawodów tych zgłosiło się 1200 uczestników. Wród tego popisywały się poszczególne kraje ćwiczeniami na przyrządach. W tym celu ustawiono na boisku 45 drążków, 93 poręczy, 45 kozłów, 54 koni i t. d. Wszystkich przyrządów dostarczyły bezinteresownie fabryki, które przy tej sposobności wystawę swych wyrobów urządziły.

W dniu trzecim do południa odbywały się w dalszym ciągu zawody jednostek, popołudniu zaś popisywała się dziatwa szkół hamburskich i altońskich (2.500 głów), następnie panie w liczbie 8-set, a wreszcie starsi członkowie od lat 40-tu w zwyż.

Ostatni dzień poświęcony był zawodom w grach sportowych tudzież w zapasach.

Co do strony finansowej zjazdu, to wykazał on niedobór przewyższający 65.000 marek.

W Sokole krakowskim otwarta została strzelnica, z której korzystać mają prawo członkowie towarzystwa. Strzelnica mieści się w górnej szatni,

która obszerna, bo tej długości co sala gimnastyczna, zupełnie się do tego celu nadaje. Jednym z celów towarzystw sokolich — jak statut wskazuje — jest także kształcenie się w strzelaniu do tarczy, nic więc dziwnego, że rzecz ta, jako i korzystna i miłą rozrywkę stanowiąca, pomyślnie się rozwija. Może i inne towarzystwa pójdą śladem sokoła krakowskiego, gdyż urządzenie strzelnicy niewielkie koszty za sobą pociąga, które w bardzo krótkim czasie pokryje dochód ze sprzedanych nabojów — a rozszerzą poniekąd swój zakres działania wskazany statutem.

W Kurytybie, w Paranie, w Brazylii, zawiązał się »Sokół« polski. Młode to towarzystwo liczy — jak nam doniesiono — 25 członków i odbywa na początek, póki niema przyrządów, ćwiczenia wolne i musztrę, w których biorą udział wszyscy członkowie. Naczelnikiem jest Franciszek Dybowicz — były członek Sokoła krakowskiego. »Szczęść Boże«!

Amator. unia atlet. w Czechach przedstawiło komitetowi wiedeńskiemu urządzającemu zawody atletyczne zestawienie tych klubów czeskich, które członków swych na swe zawody wysłać zamierzają. Komitet przyjął to do swej wiadomości i wyznaczył termin zawodów na wiosnę. Tymczasem niektóre wiedeńskie oraz niemieckie kluby atletyczne w Pradze czynią usilne starania u komitetu, by Czechów do współudziału nie dopuścić.

Najlepsze tegoroczne wyniki światowe w jeździe na kole przedstawiają się następująco:

Przestrzeń:	Czas:	Nazwisko kolarza:
1 mila ang.	1 min. 32 sek.	E. Taglor (Ameryka)
55 km. 831 m.	1 godz. 00 min. 00 sek.	H. Elkers (Ameryka
100 km.	1 » 57 » 19 1/5 »	E. Bonhours (Francya)
102 015 klm.	2 » 00 » 00 »	tensam
100 mil	3 » 11 » 1 4/5 »	C. Huret Francya)
317 mil 600 jard.	12 » 00 » 00 »	M. Cordang (Hollandya)
616 » 340 »	24 » 00 » 00 »	tensam

(ze Sport im Bild).

Zawody związku niemiecko-austryackich szermierzy odbyły się w dniach 13—15 listopada w Wiedniu. Na kilkudziesięciu zgłoszonych dopuszczono po walce próbnej zaledwo kilkunastu do zawodów. Podzielono ich losem na pary, poczem zwycięzcy poszczególnych par walczyli między sobą. Kto otrzymał trzy uderzenia ten odpadał jako zwyciężony.

W walce na florety z wolną mesurą odniósł zwycięstwo Dr. Camilo Müller z Wiednia. W takiejże walce tylko ze stałą mensurą okazał się pierwszym Ign. la Rasine z Berlina. W walce na ciężkie pałasze odniósł wreszcie zwycięstwo niejaki Szalkowski z Berlina, a na lekkie pałasze znowu Dr. Camilo Müller. Ten sam zwyciężył w ostatniej walce o mistrzostwo i tytuł mistrza na tej podstawie uzyskał.

W ostatnim dniu tj. 15 listopada odbyły się także walki zawodowych szermierzy do których zaliczono wszystkich nauczycieli tego przedmiotu. Z walk tych najbardziej zajmującem było spotkanie rotmistrzów Greguricha i Piazży, z których pierwszy liczy już przeszło 60 lat a drugi 73 lat. Obaj starcy jak na swój wiek doskonale się bili.

46 m. 98 ctn. w dal rzucił kamieniem 7 1/4 klg. ciężkim niejaki John Flanagan przy wiosennych zawodach amerykańskiej unii atletycznej — dotychczasowy najdalszy rzut i takim samym kamieniem wynosił 45 9 m. a wykonał go również John Hanagan 31 maja 1897 r. w Nowym Jorku. *(Turner).*

Kulawy i ślepy. Ciekawy przypadek prawniczy będzie przedmiotem rozprawy przed jednym ze sądów berlińskich. Kulawy i ślepy kupili sobie na spółkę tandem i razem zawsze jeździli. Na przodzie siadał kulawy ponieważ dobrze widział, mógł tedy dobrze kierować i nie potrzebował zbytnio pedałów deptać; w tyle zaś siadał ślepy, który za to miał zdrowe nogi i mógł nimi za siebie i za spólnika pracować. Razu pewnego wjechali na jedną z bardzo uczęszczanych ulic Berlina, po której na kołach jeździć nie wolno, to też skoro

tylko zobaczył ich stójkowy począł z daleka już dawać im znaki, by zsiedli. Kulawy spostrzegł to i wstrzymał koło, a gdy go ślepy zapytał czemu to robi, kazał mu zsiadać. Posłuszny ślepy zaraz to uczynił ale za to kulawemu poszło to trudniej, tak, że nim jeszcze zdołał zsiąść, już stójkowy do nich doszedł i zapisał nazwiska obu. Wkrótce potem kazano im zapłacić po dwie marki kary policyjnej, o to, że w miejscu zabronionem jechali na kole i nie zsiedli natychmiast na znak stójkowego. Przeciw temu orzeczeniu policyi berlińskiej wnieśli spólnicy odwołanie do sądu w którem następujące okoliczności na swą obronę przywodzą:

Choć prawdą jest to co stójkowy przeciw nim zeznał, mimo to orzeczenie policyi dotyka ich niesprawiedliwie, ponieważ ślepy jako taki znaków przez stójkowego dawanych widzieć nie mógł, nie mógł też dla tego samego powodu widzieć, czy jedzie na drodze wzbronionej. Kulawy zaś wprawdzie dostrzegł stójkowego i jego znaki, wstrzymał koło i zsiadł, że atoli nie uczynił tego tak jak przepis powiada natychmiast to za winę poczytanem mu być nie może, gdyż jako kaleka nie może tak prędko zeskakiwać z koła jak człowiek zdrowy.

Ciekawa rzecz czy sąd berliński uzna słuszność tej obrony; prawdopodobnie, że to uczyni. *(Berl. Local Anzeiger).*

Z drukarni A. Koziańskiego w Krakowie.